

Onkoloģisko pacientu atbalsta biedrība  
„DZĪVĪBAS KOKS”



ONKOLOĢISKO  
PACIENTU  
PSIHOSOCIĀLĀS  
REHABILITĀCIJAS  
PROGRAMMA

2011

# SATURS

IEVADS .....	2
1.PROGRAMMAS MĒRĶIS.....	4
2.ONKOLOĢISKO PACIENTU PSIHOSOCIĀLĀS REHABILITĀCIJAS PROGRAMMA .....	5
2.1.Programma.....	5
2.2.Personāls .....	7
2.3.Programmas shēma un kursu plāns .....	11
2.4.Kursu plāns .....	12
2.5.Programmas vērtēšana un uzlabošana .....	14

## IEVADS

Ar onkoloģiskām slimībām katru gadu saslimst apmēram 10 tūkstoši cilvēku, gandrīz 50% no visiem ir darbaspējas vecumā (19-65 gadi), savukārt uzskaitē kopā ir vairāk nekā 60 tūkstoši onkoloģisko pacientu.<sup>1</sup> Vēzis ir smaga slimība, kas atstāj dziļas psiholoģiskas, emocionālas un sociālas sekas. Tās skar ne tikai indivīdu, bet arī cilvēkus, kas dzīvo kopā ar viņu, tās bieži krasi maina dzīvi. Psihosociālās sfēras problēmas, kas rodas smagas slimības gadījumā, var būt: depresija, pazemināts pašvērtējums un sociālo saikņu zaudēšana vai to mazināšanās, darbaspēju zudums u.c, kas savukārt noved pie sociālas atstumtības, izolācijas, kā arī tiek zaudēti finanšu avoti. Piemēram, sievietes pēc krūts mastektomijas bieži izmaina sociālos un emocionālos paradumus, nespēj pilnvērtīgi socializēties un dzīvot pilnvērtīgu ģimenes dzīvi. Tieši tāpat ir cilvēkiem pēc prostatas, olnīcu, dzemdes, dzemdes kakla u.c. ļaundabīgajiem audzējiem. Svarīgi ir tas, ka pēc vēža bieži ir nepieciešamas jaunas gan funkcionālas, gan emocionālas iemaņas un prasmes, iespējams, pilnībā jāmaina dzīve, nodarbošanās, kā arī jāspēj sevi pieņemt arī ar fiziskajiem defektiem. Pētījumi rāda, ka vidēji apmēram 30% cilvēku pēc vēža saslimšanas nespēj paši, bez psihosociālas palīdzības, tikt galā ar radušos situāciju, nespēj pilnvērtīgi funkcionēt sabiedrībā<sup>2</sup>. Un tad tieši psihosociālais atbalsts ir tas, kas palīdz atgriezties pilnvērtīgā dzīvē, uzlabo dzīves kvalitāti. Par to pasaulē ir veikti neskaitāmi pētījumi<sup>3</sup>. Vērojot Eiropas demogrāfisko situāciju (tajā skaitā Latvijas), kad notiek strauja sabiedrības novecošanās un samazinās ekonomiski aktīvā darbaspēka skaits, ir svarīgi mazināt vēža izraisīto sociāli ekonomisko slogu<sup>4</sup>. Tajā pašā laikā Latvijā cilvēkiem pēc vēža saslimšanas nav pieejama

---

<sup>1</sup> Veselības ekonomikas centrs, Statistika, <http://vec.gov.lv/lv/33-statistika/statistikas-dati-par-2010gadu-ieklaufs-ari-salidzinajums-ar-ieprieksejiem-gadiem>

<sup>2</sup> National Cancer Plan II Denmark, National Board of Health Recommendations for Improving Cancer Healthcare services, 2005, [http://www.sst.dk/publ/PUBL2005/PLAN/KRAEFTPLAN2/KRAEFTPLANII\\_UK/KRAEFTPLANII\\_UK\\_MED.PDF](http://www.sst.dk/publ/PUBL2005/PLAN/KRAEFTPLAN2/KRAEFTPLANII_UK/KRAEFTPLANII_UK_MED.PDF)

<sup>3</sup><http://www.jpgmonline.com/article.asp?issn=0022-3859;year=2001;volume=47;issue=1;spage=62;epage=5;aulast=Pandey#cited>

<sup>4</sup> Eiropas Parlamenta 2008. gada 10. aprīļa rezolūcija par cīņu pret vēzi paplašinātajā Eiropas Savienībā

psihosociālā rehabilitācija, netiek arī pētīts, kā un vai šie cilvēki atgriežas dzīvē. Vēl vairāk, paši pacienti slēpj savu saslimšanu ar vēzi, jo baidās zaudēt darbu, baidās zaudēt ģimeni un draugu atbalstu.

Tāpēc ir svarīgi nodrošināt psihosociālo rehabilitāciju, kuras mērķis ir palīdzēt pārvarēt slimības psiholoģiskās un sociālās sekas un atgriezties pilnvērtīgā dzīvē. Psihosociālās rehabilitācijas programma „Spēka Avots” paredzēta cilvēkiem, kuri iziet un izgājuši akūtās ārstēšanas kursu.

---

<sup>4</sup> <http://vec.gov.lv/uploads/files/4d00e88bbeab5.pdf>

## 1.PROGRAMMAS MĒRĶIS

**Uzlabot dzīves kvalitāti cilvēkiem pēc onkoloģiskām saslimšanām, kā arī veicināt dzīves funkciju atgūšanu un psihosociālo pielāgošanos.**

Kas ir dzīves kvalitāte? Dzīves kvalitāte ir subjektīvs jēdziens, kuru raksturo pats cilvēks, analizējot konkrētajā laikā savu fizisko, psiholoģisko, sociālo un garīgo labsajūtu, izdalot vismaz sešus dzīves kvalitātei būtiskus aspektus:

- fiziskos ( sāpes, diskomforts, nogurums, miegs un tā kvalitāte u.c.);
- psiholoģiskos ( pozitīvas un negatīvas emocijas, spēja koncentrēties un veikt garīgu piepūli, pašcieņa, ķermeņa izskats u.c.);
- neatkarības (spēja pārvietoties, veikt ikdienas aktivitātes, kā arī darbaspējas atkarība no regulāras ārstēšanas u.c.);
- sociālos (drošība, komunikācija, socializācija u.c.);
- vides (drošības izjūta, veselības un sociālās aprūpes pieejamība un kvalitāte u.c.);
- garīgos ( personiskie uzskati, spēja baudīt mākslu u.c).

## 2.ONKOLOĢISKO PACIENTU PSIHOSOCIĀLĀS REHABILITĀCIJAS PROGRAMMA

**Psihosociālā rehabilitācija:** onkoloģiskas saslimšanas gadījumā tā nepieciešama akūtās ārstēšanas procesā (sagatavot un palīdzēt tikt pāri operācijai, ķīmijterapijai, staru terapijai). Tā nepieciešama pēc ārstēšanas periodā, jo cilvēkam jāatgriežas sociālajā vidē, jāsadzīvo ar domu, ka bijusi onkoloģiska saslimšana  
Reizēm arī tuviniekiem nepieciešama psihosociāla rehabilitācija

### **Psihosociālās rehabilitācijas programmas komponenti**

- Sporta aktivitātes
- Relaksācijas vingrinājumi, dažādas terapijas
- Izglītošana, kas balstīta slimības izpratnē
- Pacientu un tuvinieku konsultēšana krīžu, stresa un baiļu pārvarēšanā
- Sociālā un kultūras terapija- jaunu dzīves mērķu izvirzīšana
- Uztura mācība- izpratne par diētu un uzturu
- Psiholoģiskās apmācības kurss- ticība pozitīvajam rezultātam

### **Programma palīdz atgūt**

- Psiholoģisko pašsajūtu ( atbilstoši katra cilvēka īpatnībām)
- Funkcionalitāti ( fiziskās funkcionālās spējas)
- Ģimenes labsajūtu
- Emocionālo labsajūtu
- Garīgo labsajūtu
- Apmierinātību ar ārstēšanu
- Seksuālo labsajūtu, tajā skaitā spēju pieņemt savu ķermeni
- Sociālo funkcionēšanu
- Darba spējas
- Izpratni par slimību, tās ārstēšanu

### **2.1.Programma**

**Programmas uzdevums:** sniegt sociālo un psihosociālo atbalstu, motivācijas un jaunu iemaņu attīstīšana, grupu darbs un vadība, individuālas konsultācijas un

individuāla plāna izstrāde, kā arī tiek nodrošinātas programmai atbilstošas terapijas: mūzikas, mākslas, māla, kā arī pieaicināti speciālisti, kuru uzdevums veicināt psihosociālo rehabilitāciju un palīdzēt cilvēkam veiksmīgi atgriezties sociālā un ekonomiskā dzīvē.

Programmas ietvaros tiek sniegts atbalsts viņu problēmu risināšanā (sociālo, psiholoģisko, fizisko), tiek veicināta izpratne par situāciju, meklēta motivācija to mainīt. Darbs tiks veidots mērķtiecīgi un sistemātiski, lai saprastu klienta problēmu, to identificētu, izveidotu psihosociālās rehabilitācijas plānu un nodrošinātu palīdzības procesu, kā arī darbības rezultātu novērtēšanu. Tiks izmantots gan grupu darbs (atbalsta un pašpalīdzības grupas, kā arī grupu darbs speciālista vadībā, meklējot kopīgo un atšķirīgo problēmas apzināšanā un tās pārvarēšana, tiks veidotas jaunas iemaņas un prasmes turpmākai personības attīstībai, kā arī veiksmīgai integrācijai sociālajā vidē, kā arī ekonomiski aktīvā dzīvē). Svarīgi, ka tiks paredzēts arī individuāls darbs un konsultācijas ar mērķa grupu, paredzot individuālu darba plāna sagatavošanu un realizēšanu, kā arī individuāls darbs ar klientu.

**Metodes:**

- Aktīva uzklauššana;
- Pārfrazēšana;
- Atbalstīšana;
- Jūtu atspoguļošana;
- Empātiska komunikācija;
- Pārrunas;
- Komunikācijas atvieglošana;
- Diskusijas;
- Novērošana;
- Motivācijas nostiprināšana;
- Plānošana;
- Problēmas sadalījums apakšproblēmās;
- Mērķu izvirzīšana;
- Atgriezeniskas saites došana;
- Pozitīva vērtējuma došana;
- Lomu spēles;
- Saskarsmes un radošās pašizteiksmes iemaņu apguve;

- Psiholoģiskās adaptācijas treniņi;
- Komandas darbs;
- Pielāgotu fizisku aktivitāšu apguve un pasākumu kopums, kas palīdz iemācīties sadzīvot ar funkcionālajiem traucējumiem;
- Informēšana un izglītošana;
- Krīzes terapija;
- Atbalsta grupu terapija;
- Individuāla un grupu psihoterapija;
- Darbs ar tuviniekiem;
- Psihodinamiskā terapija;
- Kognitīvi biheiviorālā terapija;
- Vizuālās mākslas terapija;
- Mūzikas terapija;
- Deju terapija;
- Kultūras pasākumi.

Vēl svarīgi- informācijas izplatīšana, informētības paaugstināšana un izpratnes par pārdzīvoto slimību veicināšana, lekciju, sarunu, domu apmaiņas ceļā.

## 2.2. Personāls

Programma tiek iesaistīti speciālisti, kas sniedz apkalpojumus atbilstoši programmas plānam.

1. Sociālais darbinieks: nodrošina profesionālu darbību, lai sniegtu psihosociālo atbalstu projekta mērķa grupām, tādējādi veicināt vai atjaunot cilvēku spēju sociāli funkcionēt, kā arī darīt visu, lai pārvarētu sociālās atstumtības riska iespēju, attīstot psihosociālā rehabilitācijā iesaistītās personas resursus un iesaistot atbalsta sistēmās.

2. Profesionāls psihologs (vai psihoterapeits): nodrošina programmā iesaistīto grupu vadīšanu, personas iespēju un situācijas analīzi, savas motivācijas programmas izpratni, attīstību, kā arī tiek skarti eksistenciāli jautājumi- kā pieņemt sevi, kā sadzīvot ar sociālo vidi?

3. Speciālisti tiek piesaistīti pēc nepieciešamības, jo viņu sniegtā informācija atkarīga no pārdzīvotā audzēja specifikas:

- Speciālists - onkologs- palīdz saprast slimības būtību;
- Dietologs- uztura mācība;



- Imunologs- kā vēzis ietekmējis imūnsistēmu, kā to atjaunot?;
- Fizioterapeits- vingrojumi un fiziskās aktivitātes, īpaši sievietēm pēc krūts vēža;
- Seksologs- par to kā turpināt pilnvērtīgu dzīvi,
- Kā arī dažādu terapiju speciālisti- mūzikas terapija (vismaz 1x nedēļā), deju terapija, māla terapija u.c.

Visu speciālistu kvalifikācija tiks noteikta atbilstošo specialitāšu kvalifikācijas standartiem, kā arī pēc speciālistu pieredzes darbā ar specifisku mērķa grupu.

### Speciālistu darba un kvalifikācijas apraksts

Amats	Uzdevums	Kvalifikācija
<i>Sociālais darbinieks</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Noteikt un identificēt klienta sociālās vajadzības, problēmu veidus un cēloņus;</li> <li>- Izstrādāt individuālu sociālās rehabilitācijas plānu atbilstoši identificētajām klienta sociālajām vajadzībām un problēmām;</li> <li>- sniegt klientam konsultācijas un informāciju par iespējām uzlabot savu sociālo situāciju u.c.;</li> <li>- Novērtēt sniegto sociālas rehabilitācijas pakalpojumu kvalitāti un atbilstību klienta sociālo vajadzību specifikai;</li> <li>- Vadīt atbalsta grupu;</li> <li>- Ievēro augstus ētikas standartus un konfidencialitāti.</li> </ul>	<p>Otrā līmeņa profesionālā augstākā vai akadēmiskā izglītība sociālajā darbā vai karitatīvajā darbā;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- vismaz 5 gada pieredze darbā ar projekta mērķa grupu;</li> <li>- labas latviešu un krievu valodas prasmes;</li> <li>- prasme strādāt gan individuāli, gan komandā</li> </ul>
<i>Psihologs-klīniskais psihologs</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Vadīt grupu nodarbības, kā arī sniegt individuālas konsultācijas;</li> <li>-Izvērtēt notikuma/ krīzes psiholoģiskās sekas un noteikt rehabilitācijas mērķus;</li> <li>- Palīdzēt izvēlēties atbilstošas rehabilitācijas metodes;</li> <li>- Sadarbībā ar citiem speciālistiem veikt rehabilitācijas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Maģistra grāds specialitātē;</li> <li>- klīniskā psihologa sertifikāts;</li> <li>-vismaz 5 gadu pieredze darbā ar mērķa grupu;</li> <li>-labas latviešu un krievu valodas prasmes;</li> <li>prasme strādāt gan individuāli, gan komandā.</li> </ul>

	<p>pasākumu, novērtēt izmaiņas;</p> <p>-Ievēro augstus ētikas standartus un konfidencialitāti.</p>	
<i>Psihoterapeits</i>	<p>-Nodrošināt grupu vadību un grupu darba plāna sagatavošanu;</p> <p>-Sniegt individuālas konsultācijas un sagatavot individuālu motivācijas/rehabilitācijas plānu;</p> <p>-Sniegt palīdzību krīzes situācijā pēc smagas saslimšanas;</p> <p>-Veikt darbu ar tuviniekiem, palīdzot risināt savstarpējo attiecību problēmas;</p> <p>-Palīdzēt paaugstināt noturību pret dažādām nelabvēlīgām situācijām un iegūt papildus resursus savai izaugsmei un problēmu risināšanas iespējām;</p> <p>-Sadarbībā ar citiem speciālistiem nodrošināt psihosociālo rehabilitāciju, novērtēt izmaiņas;</p> <p>- Ievēro augstus ētikas standartus un konfidencialitāti.</p>	<p>otrā līmeņa profesionālā augstākā izglītība un atbilstošs sertifikāts;</p> <p>-vismaz 3 gadu pieredze darbā ar mērķa grupu;</p> <p>-labas latviešu un krievu valodas prasmes;</p> <p>-prasmē strādāt komandā;</p> <p>-labas komunikācijas prasmes</p>
<i>Speciālists-onkologs</i>	<p>Nodrošināt pilnīgu un saprotamu informāciju par slimību, atkarībā no diagnozes;</p> <p>-Sniegt konsultāciju par to, kā dzīvot kvalitatīvi pēc vēža;</p> <p>-Sniedz zināšanas un izpratni par slimību;</p> <p>-Nepieciešamības gadījumā konsultēt arī tuviniekus;</p> <p>- Ievēro augstus ētikas standartus un konfidencialitāti.</p>	<p>otrā līmeņa profesionālā augstākā izglītība un atbilstošs sertifikāts;</p> <p>-vismaz 5 gadu pieredze darbā ar mērķa grupu;</p> <p>-labas komunikācijas prasmes;</p> <p>-izcilas prasmes strādāt ar cilvēkiem;</p> <p>-prasmē strādāt komandā;</p> <p>-labas valodu prasmes.</p>
<i>Speciālists imunologs</i>	<p>-Sagatavot un sniegt informāciju par dzīves</p>	<p>otrā līmeņa profesionālā augstākā izglītība un</p>

	<p>kvalitātes ietekmējošiem faktoriem pēc onkoloģiskas saslimšanas;</p> <p>-Sniegt konsultācijas individuāli un grupā;</p> <p>-Ievēro augstus ētikas standartus un konfidencialitāti.</p>	<p>atbilstošs sertifikāts;</p> <p>-vismaz 5 gadu pieredze darbā ar mērķa grupu;</p> <p>-labas komunikācijas prasmes;</p> <p>-izcilas prasmes strādāt ar cilvēkiem;</p> <p>-prasme strādāt komandā;</p> <p>-labas valodu prasmes.</p>
<i>Speciālists-dietologs</i>	<p>Sagatavot un sniegt informāciju par dzīves kvalitātes ietekmējošiem faktoriem pēc onkoloģiskas saslimšanas;</p> <p>-Sniegt konsultācijas individuāli un grupā;</p> <p>-Ievēro augstus ētikas standartus un konfidencialitāti.</p>	<p>- izglītību apliecinošs dokuments un atbilstošs sertifikāts;</p> <p>-vismaz 3 gadu pieredze darbā;</p> <p>-labas komunikācijas prasmes;</p> <p>-izcilas prasmes strādāt ar cilvēkiem;</p> <p>-prasme strādāt komandā;</p> <p>-labas valodu prasmes.</p>
<i>Speciālists-fizioterapeits</i>	<p>Sagatavo un nodrošina plānu, atbilstoši noteiktās grupas vai klienta vajadzībām;</p> <p>Vada nodarbības, palīdz fizisko un funkcionālo spēju atjaunošanu;</p> <p>-Sniedz konsultācijas, kā pārvarēt funkcionālas problēmas;</p> <p>-Sniedz konsultācijas tuviniekiem;</p> <p>-Ievēro augstus ētikas standartus un konfidencialitāti.</p>	<p>-izglītību apliecinošs dokuments un atbilstoša specialitāte;</p> <p>pieredze darbā ar mērķa grupu; -labas komunikācijas prasmes;</p> <p>prasme strādāt komandā.</p>
<i>Speciālists-mākslas terapijas speciālists</i>	<p>-Sagatavot grupas vadības plānu un programmu, atbilstoši mērķa grupas vajadzībām;</p> <p>-Nodrošināt nodarbības, atbilstoši plānam;</p> <p>- Apzinās mākslas terapijas būtisko nozīmi klienta šī brīža dzīves situācijā, jo tā sniedz ieskatu sevī, attīsta sevis apzināšanos caur personisko pieredzi;</p> <p>- Plāno nodarbības,</p>	<p>- otrā līmeņa profesionālā augstākā izglītība veselības aprūpē un profesionālā kvalifikācija ar specializāciju vienā no mākslas veidiem (vizuāli plastiskā māksla, dejas kustība, drāma, mūzika);</p> <p>-vismaz 3 gadu darba pieredze;</p> <p>-izcilas komunikācijas prasmes;</p>

	<p>pamatojoties uz sasniedzamo rezultātu efektivitātes principu, strādā atbilstoši plānotajam, bet nepieciešamības gadījumā maina mākslas terapijas plānu, atbilstoši klienta vajadzībām;</p> <p>-Ievēro augstus ētikas standartus un konfidencialitāti.</p>	<p>-prasme strādāt komandā.</p>
<p><i>Atbalsta grupu vadītājs</i></p>	<p>-Veicināt grupas procesu, reaģēt uz dažādiem procesiem grupā;</p> <p>-Veicināt grupas dalībnieku savstarpējās attiecības;</p> <p>- Iesaistīt grupas dalībniekus grupas darbībā;</p> <p>-Apkopot datus un tos novērtēt ( dalībnieku domu, jūtu un uzvedības atpazīšana un raksturošana);</p> <p>- Atbalsta grupas vadīšana, domu, jūtu un darbības apkopošana;</p> <p>-Atbalsta sniegšana;</p> <p>-Pārstrukturēšana, jaunu robežu veidošana;</p> <p>- Konflikta atrisināšana; Padomu, pieņēmumu, norādījumu sniegšana.</p>	<p>-Pieredze atbalsta grupu vadībā;</p> <p>-zināšanas par mērķa grupu;</p> <p>-izcilas komunikācijas prasmes;</p> <p>-labas valodu zināšanas.</p>

### 2.3.Programmas shēma un kursu plāns

Informācija/izpratne	Ārsti/speciālisti	Par to, ko nozīmē pārdzīvotais, kā saprasties ar slimību
Psihologa palīdzība	Psihologs/ psihoterapeits	Strādā uz pacienta un viņa ģimenes mentālajām vajadzībām
Mūzikas un mākslas terapijas	Mūzikas/mākslas terapeits	Palīdz cilvēkam atgūt garīgo līdzsvaru
Pareizs uzturs	Diētas ārsts vai uztura speciālists	Kaloriju un diētas specifika onkoloģiskajiem pacientiem
Seksa pataloģija	Seksopatologs/psihoterapeits	Seksuālo funkciju izskaidrošanai
Konsultācijas rekonstruējošajā ķirurģijā	Plastiskais ķirurgs	Krūts vēža u.c. cilvēka fizisko ķermeni izmainošu onkoloģisko diagnožu gadījumā -informācija un konsultācijas par rekonstrukciju

Stila konsultācijas	Stilists/psihologs	Kā sadzīvot ar savu tēlu pēc ārstēšanas
Pieredzes apmaiņa	Grupās dalībnieki	Apmainoties idejām un domām, rodas labs pamats noticēt saviem spēkiem
Ģimene	Psihologs, psihoterapeits u.c.	Darbs ar ģimenes locekļiem, kā palīdzēt uzsākt normālu dzīvi

## 2.4.Kursu plāns

Vienreiz gadā tiek izstrādāts pacientu psihosociālās rehabilitācijas tematiskais plāns nākamajam kalendārajam gadam. Plānu sastāda pēc iepriekšējā periodā diagnosticētajiem onkoloģiskajiem profiliem, iepriekš centrā ārstēto pacientu atsauksmēm, nepieciešamības pēc mediķu profesionālajiem kursiem.

Izanalizējot pieejamo onkoloģisko saslimstību statistiku (SIA "Rīgas Austrumu klīniskā universitātes slimnīca", atskaite Onkoloģijā, 2010.gads), tika izvērtēti aptuveni nepieciešamie onkoloģisko pacientu rehabilitācijas programmas virzieni (kursi).

Onkoloģisko saslimšanu biežums:

- 1) Gremošanas sistēmas onkoloģiskās saslimšanas (barības vada ca, kuņģa ca, kolorektālais ca) – 18,1%;
- 2) Plaušu vēzis – 11,3 %;
- 3) Krūts vēzis – 11,1 %;
- 4) Ginekoloģiskās onkoloģiskās saslimšanas (dzemdes ca, dzemdes kakla ca, olnīcu ca) – 10,00 %;
- 5) Prostatas vēzis – 8,6 %;
- 6) Urīnpūšļa un nieru ca – 7,8 %;
- 7) Hematoloģija – 4,7 %;
- 8) LOR ca (mutes ca 2,1%, balsenes ca 1,3 %, auss ca, deguns ca)- 3,5 %;
- 9) Pārējie – 10,6 %

### Programmas sadalījums/tematiskais plāns

- Krūts vēzis (visi vecumi)
- Gremošanas orgānu audzējs
- Ādas vēzis un melanoma
- Kursi veselības aprūpes speciālistiem

- Dzīve pēc ķīmijterapijas
- Krūts vēzis (zem 55 gadu vecuma)
- Ginekoloģiskās saslimšanas
- Plaušu vēzis
- Krūts vēzis (virs 55 gadu vecuma)
- Rekreācijas, fiziskās aktivitātes kursi
- Neiroloģiskās un endokrīnās sistēmas audzēji
- Hematoloģija
- Dažādas vēža diagnozes
- Prostatas vēzis
- Urīnpūšļa un nieru vēzis
- Ausu, deguna un mutes audzējs
- Dzīve pēc ķīmijterapijas
- Kurs vecākiem un bērniem, ja slims ir bērns
- Kurs vecākiem un bērniem, ja slims ir vecāks

## **Tematiskā plāna realizācija**

### ***Plāna saskaņošana un izplatīšana***

Plāns tiek veidots balstoties uz pieejamo informāciju – statistiku, Onkoloģijas speciālistu ieteikumiem, vadlīnijām, iepriekšējā darbības gada vērtējumu. Plāns tiek saskaņots ar sadarbības institūcijām – Veselības ministriju, Nacionālo veselības dienestu u.c. Katra gada novembrī plāns tiek izsūtīts visām ieinteresētajām personām – Latvijas onkoloģijas centram, Ģimenes ārstiem, valsts institūcijām, NVO, kuri ir iesaistīti programmas realizācijā. Kā arī šie informācija tiek ievietota mājas lapā, lai būtu pieejama ikvienam interesentam.

### ***Pacientu atlase***

Pacientiem rehabilitācijas programmu iesaka ģimenes ārsts, onkologs, ķīmijterapeits vai staru terapeits, kā arī tā var būt iegūta informācija NVO aktivitāšu laikā, kā arī citi informācijas avoti. Interesents piesakās uz konkrētu kursu – elektroniski vai telefoniski. Vietas rezervācija tiek nosūtīta pacientam mēnesi pirms kursa sākuma kopā ar uzturēšanās noteikumiem.

Ja pēc pirmreizējo pacientu reģistrācijas ir palikušas brīvas vietas, uz rehabilitāciju ir iespējams pieteikties atkārtoti, tomēr ne biežāk kā reizi pusgadā.

### **Kursu apraksts**

Uzsākot programmu, pacienti tiek sadalīti grupās līdz 10 pacientiem vienā grupā. Katru dienu notiek teorētiskās lekcijas par konkrēto tēmu (audzēja specifika, ar audzēju saistītā dzīves kvalitātes uzlabošana, fizioterapija, psihoterapija, diēta, sociālais nodrošinājums), praktiskās nodarbības, grupu darbs. Būtisks akcents tiek likts ne tikai uz teorētiskajām zināšanām un to pielietošanu praksē turpmākās dzīves laikā, bet arī uz pacientu savstarpējo komunikāciju, tādejādi veidojot cilvēku kopumus ar līdzīgām problēmām, savstarpēju problēmas padziļinātu izpratni un atbalstu arī nākotnē. Pēc iespējas tiek nodrošināts arī laiks psiholoģiskās labsajūtas nodrošināšanai, kursā iekļaujot izklaides un kultūras pasākumus.

## **2.5.Programmas vērtēšana un uzlabošana**

**Pacientu vērtējums:** Pastāvīgi tiek veikta pacientu anketēšana, lai noskaidrotu viedokli un izdarītu secinājumus par pacientu nepieciešamībām un vēlmēm – teorētiskajā sadaļā, praktiskajās nodarbībās, personāla darbā un sadzīvē.

**Darbības vērtējums:** gada beigās kopā ar gada pārskatu tiek sagatavota analīze par ārstētajiem pacientiem (skaitu, diagnozēm, demogrāfiju, rezultātiem u.c.).

*Projekts tapis ESF fonda ietvaros. 93% no Projekta finansē Eiropas Savienība ar Eiropas Sociālā fonda starpniecību. Apakšaktivitāti administrē Valsts kanceleja sadarbībā ar Sabiedrības integrācijas fondu.*

*Materiāls „Onkoloģisko pacientu psihosociālās rehabilitācijas programma” ir veidots ar Eiropas Savienības Eiropas Sociālā fonda finansiālu atbalstu. Par „Onkoloģisko pacientu psihosociālās rehabilitācijas programmu” saturu atbild onkoloģisko pacientu atbalsta biedrība „Dzīvības koks”.*



**IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ**